



関西学院大学リポジトリ

Kwansei Gakuin University Repository

## 現代の大学生の食：「居場所」との関連性

著者	伊藤 慧
雑誌名	Human Welfare : HW
巻	7
号	1
ページ	138-139
発行年	2015-03-10
URL	<a href="http://hdl.handle.net/10236/00027351">http://hdl.handle.net/10236/00027351</a>

〔2013 年度 人間福祉学部優秀卒業研究賞・最優秀賞 要旨〕

## 現代の大学生の食 —「居場所」との関連性—

伊 藤 慧

現代の日本では、一人だけで食事をしている者を見るのは何ら珍しいものではない。しかしながら、スペイン留学中一人だけで食事をしている者はまれで、スペイン人は他者と共に食卓を囲むことが「食事」だと考えているようであった。実際、スペイン人との食事は快感情を伴うものであり、彼らとの食事の場で想起した言葉は「居場所」であった。そこで、本研究は、①現代の大学生の食環境と、一人だけでの食事場面、家族や友人との食事場面で重要だと思っている食の要素を明らかにすること、②現代の大学生が「居場所」をどのように捉えているのかを明らかにすること、③「居場所」にいる時に感じる「居場所感」の程度と食事場面で感じる程度は同様かどうかを明らかにすることを通して、食事の場と「居場所」の関連性を明らかにすることが目的である。

人類独自の食の形態は他者と共に食卓を囲む「共食」であるが（伏木ら、2006）、第二次世界大戦以降ライフスタイルの変化に伴い「食の外部化」（中嶋、1999）や「食の個別化」（長谷部、2001）が進行し、食の形態が変化した。これらの問題に鑑み平成17年に「食育基本法」が制定され、これを基に「食育推進基本計画」が作成され現在多くの主体で取り組まれているが、内容には不備が多い。「居場所」については、1990年代以降の不登校問題の登場と共に「居場所」への注目が高まった。92年文部省報告書では「心の居場所」という言葉が用いられ、それまで物理的意味でしか捉えられていなかった「居場所」の心理的側面が重要視されるようになった。

食に関する理論研究をレビューした結果、食は「栄養摂取」、「食欲を満たす」、「味覚を満たす」の3項目からなる食の『物理的・生理的要素』と、「コミュニケーション」、「ストレス発散」、「社会関係の維持」、「娯楽・楽しみ」、「情緒的安

定」、「雰囲気」の6項目からなる『心理・社会的機能』で構成されていると考えられる。また、実証研究のレビューから、大学生にとって食事の役割は栄養摂取以上のものとなり（中山ら、2010）、食の満足は「食物に関わる要素」と「人間に関わる要素」で構成されている（田辺ら、1998）ことが明らかになった。

また、「居場所」に関する理論研究から、「居場所」は他者との関わりから離れた「個人的居場所」と他者との関わりを目的とした「社会的居場所」で構成されていることが明らかとなった（中島ら、2007）。さらに、実証研究レビューから、「居場所」にいるときに感じる「居場所感」は、安心感、被受容感、本来感、役割感であり（則定、2008）、「居場所」がない、「居場所」ではないと思うところにいる時の感情は、対他的疎外感、自己疎外感、居心地の悪さで構成されていると考えられる（堤、2002；中村、1999）。各発達段階に応じた「居場所」を持てなかった場合、その時期の適応やその後の精神的健康に影響を及ぼす可能性も生じさせる（杉本、2006）と考えられており、さらに「居場所」がないという感覚の中核には「同一性の混乱」があることが明らかとなっている（堤、2002）。

筆者は、食に関する先行研究、居場所に関する先行研究を踏まえ以下の仮説を立てた。①現代の大学生の食においても「栄養摂取」、「食欲を満たす」、「味覚を満たす」を項目とする『物理的・生理的要素』と「コミュニケーション」、「ストレス回避」、「社会関係の維持」、「娯楽・楽しみ」、「情緒的安定・安心」、「雰囲気」を項目とする『心理・社会的機能』がある。②現代の大学生の食事場面も「個人的居場所」の一つ、または「社会的居場所」の一つになりうる。③「居場所」にいる時に感じる「居場所感」を、一人で食事をしている

時、家族や友人と食事をしている時にも同程度感じていれば、その食事場面は「居場所」になり得る。これらの仮説を検証するため、4年制大学の学生245名（男性116名、女性127名、性別不明2名、平均年齢20.19歳、 $SD = 1.165$ ）を対象に質問紙調査を実施した。

調査の結果、①一人だけでの夕食回数が多いほど夕食満足度は低く、家族との夕食回数が多いほど夕食満足度は高いこと、②大学生にとっての「個人的居場所」は、他人の目から避けたり、嫌な思いをした時にいる消極的な場ではなく、一人で好きなことに集中したり、考えたり、くつろいだりする積極的な場であること、③「居場所」にいる時に感じている「居場所感」と、家族や友人など他者が介在する食事場面で感じる「居場所感」の感情の傾向は同様であったが、どの食事場面でも「居場所」にいる時ほど感じていないことが明らかとなった。

これらの結果から、食事の場は必ずしも「居場

所」にはならないが、他者と食卓を囲むことは「居場所」にいる時に類似した効用を享受できる場だと考えられる。また、一人だけで食事をする「孤食」がいかに本来の食の形態から逸脱したものであるかが窺える。生物的な生存には、食があれば十分であるが、人類として「生きる」ためには食だけでなく、共に食卓を囲む「他者」が不可欠であろう。そのどちらをも満たすことが可能なのは「共食」の場だけである。他者と食卓を囲むことは、お腹を満たすだけでなく心をも満たせると考えられる。

現在、学生食堂においても「孤食」している者が少なからず目につく。また、一人で食事をしていところを見られるならば欠食するかトイレで食べる者もあり、彼らに対しカウンセリングルームなどを開放しているケースがあるが、ただ逃げ場を設置することは不十分であろう。その空間に避難してきた存在を他者と結びつける方法を模索していかなければならないと考える。